

なつた振興会だより

発行：南都田地区振興会
令和6年度-N0.11 通巻第203号
令和7年2月27日発行



情熱と誇りをもち、心ふれあう古墳の郷 なつた

ホームページ: <http://park10.wakwak.com/~natsuta/>
Instagram: <https://www.instagram.com/natsuta462213/>
メールアドレス: natsuta.center@gmail.com
TEL: 0197-46-2213

カラー版は奥州市
ホームページから
ご覧いただけます▼



ホームページ
QRコード▼



生涯学習活動 の報告

講師
門脇有希さん



ふれあい講座 キムチ作り教室



1月15日、キムチ作り教室を開催し18名が参加しました。講師は胆沢小山在住の門脇有希さん。それぞれが持ち寄った白菜を塩漬けして水切りし、本場韓国の高菜やトウガラシ、柚子茶(柚子ジャム)などを混ぜ込んだヤンニョムの素を、白菜にしっかり混ぜ込んで完成です。味見をした参加者からは「本格的な味わい、自宅でも作ってみたい」と満足の声が多数でした。この時期は3か月ほど保存が可能だそうで、発酵して味わいに変化していくのも楽しめそうです。

健康講座 なつた健康広場

Let's
enjoy sports !!



新事業として6月からスタートした「なつた健康広場」。ラージボール卓球やユニカールなどの軽スポーツ、脳トレにもなる麻雀や将棋など、自由参加形式で毎月一回開催してきました。

集まった仲間で気軽にスポーツを楽しむことで、心と体のリフレッシュと健康維持、さらには自然と会話も生まれ、地域住民同士の交流の場となりました。

講座最終月の2月18日は13名が参加し、皆勤賞の3名には粗品をお渡ししました。